

المقطم التعليمي

السنة الدراسية: 2024/2025
الميدان: الحركات القاعدية
المستوى: الطور الاول

المؤسسة: ابتدائية بادي مجيد بن نموشي

الكفاءة الختامية: ينفذ حركات قاعدية مبنية على تكامل وظائف جسمه
- ينفذ حركات طبيعية بسيطة في وضعيات متنوعة

الأستاذ(ة) : خرواع رامي

نوع الحصة	مركبات الكفاءة	التعلمات	محتوى التعلم	المعرف المجندة	محتوى الانجاز	التوجيهات
تقييم تشخيصي	- يتعرف على مختلف الحركات القاعدية والتحولات. - يوظف مختلف الحركات القاعدية عند التحول. - يحترم وتأثر الحركات ومسارات التحول	* مختلف الحركات التحول	- المشي والجري الفردي والثاني: بوتيرة معينة، (بطيئة، متوسطة، سريعة) التحول: من المشي للجري تدريجيا، ومن الجري للمشي تدريجيا، المشي الجانبي (الخطوات الجانبية) والمشي خلفا.	- يعي الفروق بين مختلف الحركات - يدرك التغيرات عند التحول من حالة إلى حالة - يتقييد بوتائر التنقل عند الحركة - يتحول من حالة لحالة وفق الأنماط المحددة. - يستجيب للوتائر لمختلف التحولات - يساهم في تجسس حركته مع حركة أقرانه	مسلك فني يتجاوز المتعلم المסלك الممثل في عدة مواقف 1- مشي أمامي والقمع على الرأس 2- مشي جانبي 3- مشي خلفي 4- حمل الحلقة معا ونقلها نحو القمع 5- في نفس الورشة اعادة نفس التنقل مع استبدال القمع بالصحن والحلقة بالحبل و زيادة و蒂رة التنقل	ملاحظة مدى استثمار المعايير والمؤشرات في الوضعية المشكلة
01	- يتعرف على مختلف الحركات القاعدية والتحولات.	*تعلم المشي الفردي على مسار مستقيم ومتعرج بوتيرة مناسبة	المشي العادي: الفردي والثاني، بوتيرة، بطيئة، متوسطة، سريعة.	يعي الفروق بين مختلف الحركات	لعبة نقل الكرات لعبة نقل المصاب لعبة الترحيل لعبة نقل الحلقات لعبة التحول لعبة نقل كوب الماء	- احترام وتنفيذ الحركات المطلوبة فرديا وثنائيا. - ضبط الحركات من وتيرة لأخرى - الانتقال السلس عند التحول في اداء الحركة
02	- يتعرف على مختلف الحركات القاعدية والتحولات.	*تعلم المشي الثاني على مسار مستقيم ومتعرج بوتيرة مناسبة	الجري: الفردي والثاني، بوتيرة، بطيئة، متوسطة، سريعة	يتقييد بوتائر التنقل عند الحركة		
03	- يتعرف على مختلف الحركات القاعدية والتحولات.	*تعلم الجري الفردي على مسار مستقيم ومتعرج بوتيرة مناسبة للموقف	التحول : من المشي للجري ومن الجري للمشي	التحول من المشي للجري ومن الجري للمشي		
04	- يتعرف على مختلف الحركات القاعدية والتحولات.	*تعلم الجري الثاني على مسار مستقيم ومتعرج بوتيرة مناسبة للموقف	الجري للمشي في عدة مواقف			
05	- يربط تدرج بين جملة من الحركات	*تعلم التحول من المشي للجري ، ومن الجري للمشي في عدة مواقف	من المشي للجري ومن الجري للمشي وفق وتأثر	يستجيب للوتائر ولمختلف التحولات	التركيز على: ربط حركات المشي والجري وفق وتأثر	دمج المركبات السابقة المتناولة
حصة 1 إدماجية	- يوظف مختلف الحركات القاعدية عند التحول.	*تعلم المشي الجانبي على مسار مستقيم بوتيرة بطيئة ومتوسطة	المشي الجانبي: الفردي والثاني، بوتيرة، بطيئة، متوسطة	يتقييد بوتائر التنقل عند الحركة	لعبة عبور الجسر لعبة نقل الأقماع لعبة تحويل الحلقات لعبة سباق الكرة	- احترام وتنفيذ الحركات المطلوبة فرديا وثنائيا. - ضبط الحركات من وتيرة لأخرى - الانتقال السلس عند التحول في اداء الحركة
07	- يحترم وتأثر الحركات ومسارات التحول	*تعلم المشي الجانبي على مسار متعرج بوتيرة بطيئة ومتوسطة	المشي الجانبي على مسار متعرج بوتيرة بطيئة ومتوسطة	- يساهم في تجسس حركته مع حركة أقرانه - يتحول من حالة لحالة وفق الأنماط المحددة.		
08	- يوظف مختلف الحركات القاعدية عند التحول.	*تعلم المشي الجانبي على مسار منعرج بوتيرة بطيئة متوسطة	المشي الجانبي على مسار منعرج بوتيرة بطيئة متوسطة			
09	- يربط تدرج بين جملة من التنقلات المختلفة	*تعلم المشي الجانبي على مسار دائري بوتيرة بطيئة ومتوسطة	المشي الجانبي على مسار دائري بوتيرة بطيئة ومتوسطة			
10	- دمج المركبات السابقة المتناولة	ربط تدرج بين جملة من التنقلات المختلفة	دمج بين التعلمات السابقة وتحسينها	يستجيب لمختلف الوتائر والتحولات	التركيز على: التنفيذ والتحول من حالة لحالة بشكل سليم	التركيز على: التنفيذ والتحول من حالة لحالة مناسبة تضمن تنفيذ التعلمات السابقة

<ul style="list-style-type: none"> - احترام وتنفيذ الحركات المطلوبة فردياً وثنائياً. - ضبط الحركات من وتيرة لأخرى - الانتقال السلس عند التحول في اداء الحركة 	<ul style="list-style-type: none"> لعبة سحب الكرة لعبة عبور الجسر لعبة تحويل الحلقات لعبة نقل الكرة 	<ul style="list-style-type: none"> - يتقيّد بوتائر التنقل عند الحركة - يساهم في تجانس حركته مع حركة أقرانه - يتحول من حالة لحالة وفق الأنماط المحددة. 	<p>المشي الخلفي: الفردي والثاني، بوتيرة ، بطيئة، متوسطة</p> <p>التحول : من المشي الجانبي إلى المشي الخلفي والعكس</p>	<ul style="list-style-type: none"> *تعلم المشي الخلفي الفردي على مسار مستقيم بوتيرة بطيئة ومتوسطة *تعلم المشي الخلفي الثنائي على مسار مستقيم بوتيرة بطيئة ومتوسطة *تعلم التحول من المشي الجانبي إلى المشي الخلفي الفردي بوتيرة بطيئة ومتوسطة في عدة مواقف *تعلم التحول من المشي الجانبي إلى المشي الخلفي الثنائي بوتيرة بطيئة ومتوسطة في عدة مواقف 	<ul style="list-style-type: none"> - يوظف مختلف الحركات القاعدية عند التحول. - يحترم وتأثر الحركات ومسارات التحول 	<p>12</p> <p>13</p> <p>14</p> <p>15</p>
<p>التركيز على: التنفيذ والتحول من حالة لحالة بشكل سليم</p>	<p>وضعية مشكلة تعلمية على شكل منافسة تضمن تنفيذ التعلمات السابقة</p>	<p>- يستجيب لمختلف الوتائر والتحولات</p>	<p>دمج بين التعلمات السابقة وتحسينها</p>	<p>ربط تدرج بين جملة من التنقلات المختلفة</p>	<p>دمج المركبات السابقة المتناولة</p>	<p>حصة إدماجية 3</p>

المفتش(ة) :

المدير(ة) :

الأستاذ(ة) :

المقطع التعليمي

المؤسسة: ابتدائية بادي مجيد بن نموشي

الكافأة الختامية: - ينجز حركات قاعدية متعلقة بالجري وبالرمي.

- يؤدي حركات قاعدية متعلقة بالوثب والرمي ويحافظ على تنسيق مراحلها وفق فضاء الممارسة المتأهّل.

الأستاذ(ة) : خروع رامي

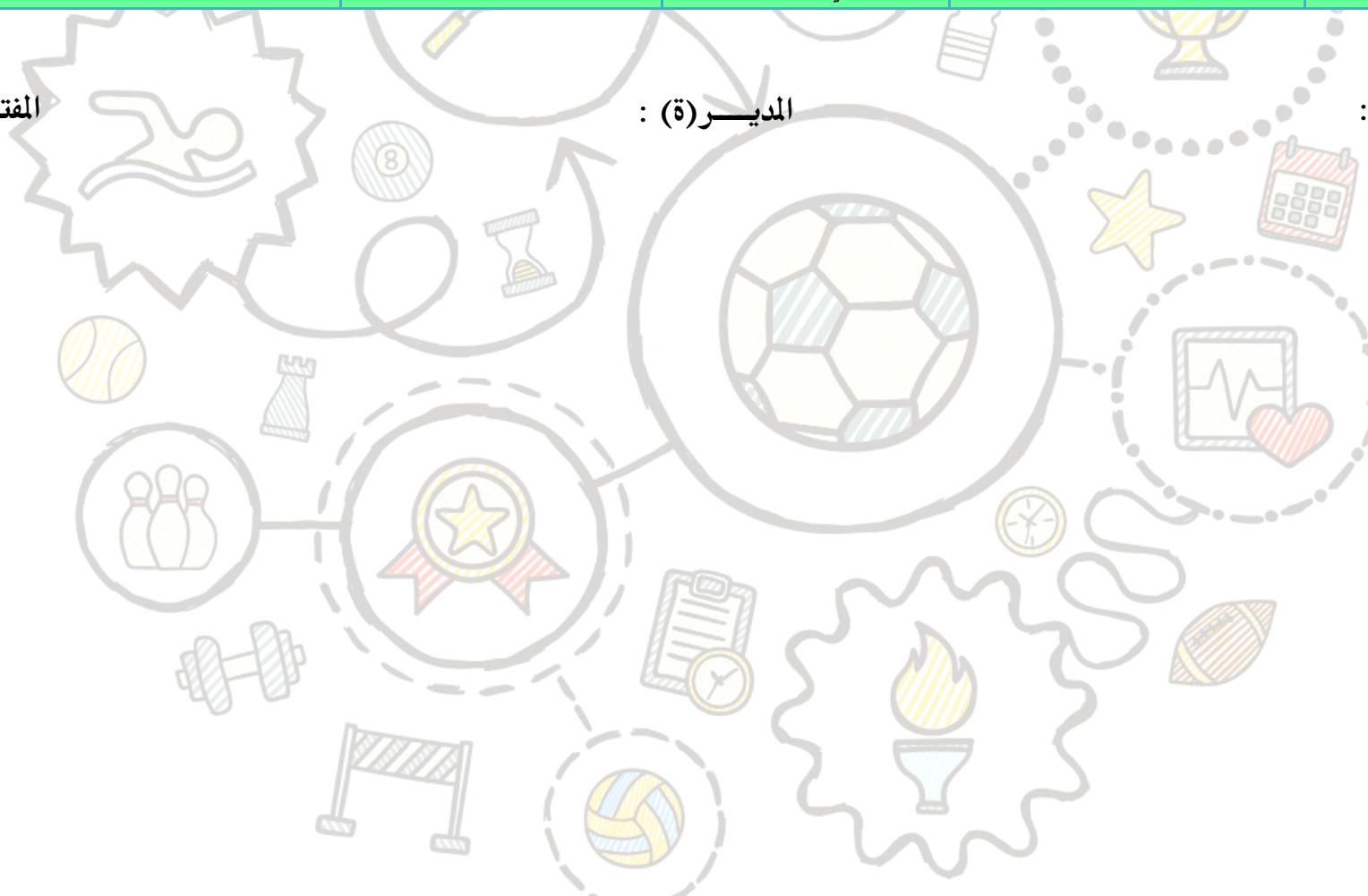
نوع الحصة	مركبات الكفأة	تعلمات	محتوى التعلم	المعرف المجندة	محتوى الاجزاء	التوجيهات
تقييم تشخيصي	<ul style="list-style-type: none"> - يتعارف على الحركات القاعدية حسب وتأثرها بالقواعد الأمنية. - ينفذ الحركات القاعدية ويلتزم بالقواعد الأمنية. - يحترم القواعد الأمنية 	<ul style="list-style-type: none"> * الحركات القاعدية * الجري * الرمي * القواعد الأمنية 	<ul style="list-style-type: none"> - حسب وتأثر:، (بطيئة، متوسطة، سريعة) - الجري: على خط مستقيم ، في منعرج، جري متعرج بحمل أداة.. - الرمي : بيد واحدة، باليدين في مختلف الوضعيات معا، ارمي للأمام، للخلف، للجانب، إلى أبعد، إلى مكان معين، الرمي فوق علو معين 	<ul style="list-style-type: none"> - يستوعب متطلبات الجري والرمي - يعي أهمية الالتزام بالقواعد الأمنية - يجري بمختلف الوتائر ويرمي في مختلف الوضعيات - يطبق القواعد الأمنية. - يلتزم بالقواعد الأمنية المناسبة 	<ul style="list-style-type: none"> مسلك فني يتجاوز التلميذ المسار الممثل في عدة مواقف 1- جري بوتيرة بطيئة-2- جري بوتيرة متوسطة-3- جري بوتيرة سريعة-4- جري في منعرج بوتيرة مناسبة-5- استلام الكرة ورمي أمامية ثم خلفية بيدين معا لأعلى لأبعد مسافة ممكنة في مجال رمي محدد 6- استلام حلقة أو قرص ثم رمي جانبي بيد واحد لأبعد مسافة في مجال رمي محدد 7- مسك رمح مطاطي أو جلة طبية بيد واحدة ثم الرمي أماما بيد واحدة في مجال رمي محدد 	<p>ملاحظة مدى استثمار المعايير والمؤشرات في الوضعية المشكّلة</p>
01	<ul style="list-style-type: none"> - يتعارف على الحركات القاعدية حسب وتأثرها بالقواعد الأمنية. - ينفذ الحركات القاعدية ويلتزم بالقواعد الأمنية. - يحترم القواعد الأمنية 	<ul style="list-style-type: none"> *تعلم الجري على خط مستقيم بمختلف الوتائر لعدة مواقف *تعلم الجري على خط متعرج بحمل أداة بوتيرة مناسبة للموقف *تعلم الجري في منعرج بوتيرة مناسبة للموقف 	<ul style="list-style-type: none"> - الجري في خط مستقيم بوتيرة بطيئة، متوسطة، سريعة - يجري بمختلف الوتائر 	<ul style="list-style-type: none"> - يستوعب متطلبات الجري - يجري بمختلف الوضعيات 	<p>لعبة كوب الماء</p>	<p>- احترام وتنفيذ الحركات المطلوبة.</p>
02	<ul style="list-style-type: none"> - يتعارف على الحركات القاعدية حسب وتأثرها بالقواعد الأمنية - يحترم القواعد الأمنية 	<ul style="list-style-type: none"> *تعلم الجري في منعرج بوتيرة مناسبة للموقف 	<ul style="list-style-type: none"> - الجري المتعرج مع حمل أداة بوتيرة مناسبة. 	<ul style="list-style-type: none"> - يستوعب متطلبات الجري 	<p>لعبة سباق اسقاط الاقماع</p>	<p>- ضبط الحركات من وتنير لأخرى .</p>
03	<ul style="list-style-type: none"> - يتعارف على الحركات القاعدية حسب وتأثرها بالقواعد الأمنية - يحترم القواعد الأمنية 	<ul style="list-style-type: none"> *تعلم الرمي في منعرج بوتيرة مناسبة 	<ul style="list-style-type: none"> - الرمي في منعرج بوتيرة مناسبة. 	<ul style="list-style-type: none"> - يستجيب للوتائر ولمختلف التحولات 	<p>لعبة تتابع نقل كوب الماء</p>	<p>- الانتقال السلس أثناء التحول من وتنير لأخرى</p>
04	<ul style="list-style-type: none"> - يتعارف على الحركات القاعدية حسب وتأثرها بالقواعد الأمنية - يحترم القواعد الأمنية 	<ul style="list-style-type: none"> ربط تدرج بين جملة من الحركات 	<ul style="list-style-type: none"> - الجري في خط متعرج . منعرج - مستقيم . 	<ul style="list-style-type: none"> - يستجيب للوتائر ولمختلف التحولات 	<p>وضعية مشكلة تعلمية على شكل منافسة تضمن تنفيذ التعلمات السابقة</p>	<p>التركيز على: ربط حركات الجري وفق وتأثر باختلاف وتنير بالموقف.</p>
05	<ul style="list-style-type: none"> - يتعارف على الحركات القاعدية حسب وتأثرها بالقواعد الأمنية - يحترم القواعد الأمنية 	<ul style="list-style-type: none"> *تعلم الرمي بيد واحدة وبيدين معا من مختلف الوضعيات لأبعد مسافة وفق مجال رمي معين 	<ul style="list-style-type: none"> - الرمي بيد واحدة وبيدين معا من الأمام، من الجانب، إلى الخلف إلى أبعد مسافة في مجال معين 	<ul style="list-style-type: none"> - يرمي في مختلف الوضعيات - يستوعب متطلبات الرمي - يطبق القواعد الأمنية 	<p>لعبة رمي الكرة والحلقة</p>	<p>- احترام وتنفيذ الحركات المطلوبة فرديا وثنائيا.</p>
06	<ul style="list-style-type: none"> - يتعارف على الحركات القاعدية حسب وتأثرها بالقواعد الأمنية - يحترم القواعد الأمنية 	<ul style="list-style-type: none"> *تعلم الرمي فوق علو معين بيد واحدة وبيدين معا 	<ul style="list-style-type: none"> - الرمي بيد واحدة وبيدين معا فوق علو معين 	<ul style="list-style-type: none"> - يتحول من حالة لحالة وفق الأنماط المحددة. - يطبق القواعد الأمنية 	<p>لعبة اقتناص الأقماع</p>	<p>- الانتقال السلس عند التحول في اداء الحركة</p>

التركيز على: التنفيذ الجيد للحركة والتتحول من حالة لحالة بشكل سليم.	وضعية مشكلة تعلمية على شكل منافسة تضمن تنفيذ التعلمات السابقة	- يؤدي الحركة الملانمة حسب الموقف	دمج بين التعلمات السابقة وتحسينها	ربط تدرج بين جملة من الحركات المختلفة	دمج المركبات السابقة المتناولة	حصة إدماجية
ملاحظة مدى اكتساب المعايير والمؤشرات في الوضعية المشكلة	نفس المسلك الفني للتقويم التشخيصي	<ul style="list-style-type: none"> - يستوعب متطلبات الجري والرمي - يعي أهمية الالتزام بالقواعد الأمنية - يجري بمختلف الوتائر ويرمي في مختلف الوضعيات - يطبق القواعد الأمنية. - يلتزم بالقواعد الأمنية المناسبة 	<ul style="list-style-type: none"> - حسب وتأثير:، (بطيئة، متوسطة، سريعة) - الجري: على خط مستقيم ، في منعرج، جري متعرج بحمل أداة.. - الرمي : بيد واحدة، باليدين معا، ارمي للأمام، للخلف، للجانب، إلى أبعد، إلى مكان معين، الرمي فوق علو معين 	<ul style="list-style-type: none"> * الحركات القاعدية * الجري * الرمي * القواعد الأمنية 	<ul style="list-style-type: none"> - يتعلم على الحركات القاعدية حسب وتأثيرها والقواعد الأمنية. - ينفذ الحركات القاعدية ويلتزم بالقواعد الأمنية. - يحترم القواعد الأمنية 	تقويم تحصيلي

المفتش(ة) :

المدير(ة) :

الأستاذ(ة) :



المقطع التعلمي

السنة الدراسية: 2024/2025

الميدان: الحركات القاعدية

المستوى: الطور الثالث

نوع الحصة	مركبات الكفاءة	تعلمات	محتوى التعلم	المعرف المجندة	محتوى الاجاز	التوجيهات
تقييم تشخيصي	<ul style="list-style-type: none"> - ينجز حركات قاعدية متعلقة بالجري والوثب للرمي بطريقة سليمة * دينامية الجري لمسافات قصيرة * الوثب * الرمي * حركات قاعدية للجمباز * حركات التوازن الدوران - ينجز حركات التوازن الملانمة للوضعية وللموقف 	<ul style="list-style-type: none"> - الجري السريع: تواتر الخطوات، تنسيق عمل الأطراف، اعتدال الجسم خلال الجري - الوثب: أسلوب الوثب والإجتاز، استثمار الجري في الوثب، الدفع المناسب لنوع الوثب، تنسيق مراحل الوثب - الرمي: مراحل الرمي، أسلوب الرمي من عدة وضعيات استثمار الجري في الرمي، الرمي لأبعد بيد واحدة وبيدين الرابط بين الحركات القاعدية - الحركات القاعدية للجمباز: وثبة الغزال، وثبات الحجلة - حركات التوازن - حركات الدوران 	<ul style="list-style-type: none"> - يكتشف دينامية الجري والوثب والرمي - يدرك مختلف الحركات القاعدية للجمباز - يستغل دينامية الجري والوثب والرمي - ينفذ مختلف الحركات القاعدية للجمباز. - يشرح الدينامية المناسبة لكل وضعية وموقف - يتخذ الوضعية المناسبة لمختلف المواقف 	<ul style="list-style-type: none"> مسلك فني يتجاوز التلميذ المسار الممثل في عدة مواقف 1- جري بركبيتين مرفوعتين 2- وثبة الحجل 3- وثبة الغزال 4- وثبة برجليين معا 4- حركة نصف دورة ثم توازن نجمة ثم تمرير واستقبال الكرة مع المتطبعين الواقفين جانبيا يسار يمين ورمية بيد واحدة نحو الاقماع 5- حركة دورة كاملة ثم توازن جانبيا ثم تمرير واستقبال الكرة يسار يمين ورمية بيدين نحو الاقماع 	<ul style="list-style-type: none"> ملاحظة مدى استثمار المعايير والمؤشرات في الوضعية المشكلة 	
01	<ul style="list-style-type: none"> - يتعلم التنسيق بين الأطراف وتواتر الخطوات واعتدال الجسم أثناء الجري 	الجري: تنسيق عمل الأطراف و تواتر الخطوات و اعتدال الجسم خلال الجري.	<ul style="list-style-type: none"> - يكتشف دينامية الجري 	<ul style="list-style-type: none"> تمارين التنسيق الحركي تمارين الاقتراب في القفز 		<ul style="list-style-type: none"> - احترام وتنفيذ الحركات المطلوبة.
02	<ul style="list-style-type: none"> *تعلم استثمار الجري في الوثب وتنسيق مراحله وسبعينات مراحل الرمي من 	<ul style="list-style-type: none"> - يكتشف مراحل الوثب من وضعيات مختلفة. 	<ul style="list-style-type: none"> الرمي : مراحل الرمي من وضعيات مختلفة. 	<ul style="list-style-type: none"> لعبة القفزات قفزة الغزاله والحجل قفز الطويل لعبة تبادل رمي الكرات لعبة رمي الكرة بيدين 		<ul style="list-style-type: none"> ضبط تسلسل الحركات أثناء التنفيذ
03	<ul style="list-style-type: none"> - يتعلم مراحل الرمي من وضعيات مختلفة 	<ul style="list-style-type: none"> - يكتشف مراحل الرمي من وضعيات مختلفة. 				<ul style="list-style-type: none"> - الانتقال السلس اثناء الحركة
حصة إدماجية	دمج المركبات السابقة المتناولة	ربط تدرج بين جملة من الحركات	الجري والوثب والرمي	<ul style="list-style-type: none"> - يستغل دينامية الجري والوثب والرمي 	وضعية مشكلة تعلمية على شكل مناسبة تضمن تنفيذ التعلمات السابقة	<ul style="list-style-type: none"> - احترام وتنفيذ حركات الجري والرمي والوثب
05	<ul style="list-style-type: none"> *تعلم استثمار الجري في الرمي لأبعد مسافة بيد واحدة وبيدين وفق مجال رمي معين 	<ul style="list-style-type: none"> الرمي: استثمار الجري في الرمي لأبعد بيد واحدة و يدين 	<ul style="list-style-type: none"> - يكتشف دينامية الجري والرمي 	<ul style="list-style-type: none"> لعبة رمي الكرة والحلقة لعبة دفع الجلة تمارين التوازن والدوران 		<ul style="list-style-type: none"> - احترام وتنفيذ الحركات المطلوبة. - ضبط تسلسل الحركات حسب الموقف
06	<ul style="list-style-type: none"> *تعلم حركة التوازن الامامي والجانبي على رجل واحدة وحركة ربع دورة و نصف دورة و دورة كاملة 	<ul style="list-style-type: none"> حركات التوازن : الأمامي على رجل واحد على كتفين حركات الدوران : ربع دورة نصف دورة عادية ، دورة كاملة 	<ul style="list-style-type: none"> - يدرك مختلف الحركات القاعدية للجمباز - ينفذ مختلف الحركات القاعدية للجمباز. 			<ul style="list-style-type: none"> - الانتقال السلس اثناء الحركة

التركيز على: انتفاذ الجيد للحركات والتحول من موقف للأخر بشكل سليم.	وضعية مشكلة تعلمية على شكل منافسة تضمن تنفيذ التعلمات السابقة	- يتخذ الوضعية المناسبة لمختلف المواقف	دمج بين التعلمات السابقة وتحسينها	ربط تدرج بين جملة من التنقلات المختلفة	دمج المركبات السابقة المتناولة	حصة إدماجية
ملاحظة مدى اكتساب المعايير والمؤشرات في الوضعية المشكلة	نفس المسلك الفني للتقويم التشكيلي	<ul style="list-style-type: none"> - يكتشف دينامية الجري والوثب والرمي - يدرك مختلف الحركات القاعدية للجمباز - يستغل دينامية الجري والوثب والرمي - ينفذ مختلف الحركات القاعدية للجمباز. - يشرح الدينامية المناسبة لكل وضعية وموقف - يتخذ الوضعية المناسبة لمختلف المواقف 	<ul style="list-style-type: none"> - الجري السريع: توائر الخطوات، تنسيق عمل الاطراف، اعتدال الجسم خلال الجري - الوثب: أسلوب الوثب والإجتياز، استثمار الجري في الوثب، الدفع المناسب لنوع الوثب، تنسيق مراحل الوثب - الرمي: مراحل الرمي، أسلوب الرمي من عدة وضعيات استثمار الجري في الرمي، الرمي لأبعد بيد واحدة وبيدين الرابط بين الحركات القاعدية. - الحركات القاعدية للجمباز: وثبة الغزاله، وثبات الحجلة - حركات التوازن. حركات الدوران 	<ul style="list-style-type: none"> * دينامية الجري لمسافات قصيرة * الوثب * الرمي * حركات قاعدية للجمباز * حركات التوازن الدوران 	<ul style="list-style-type: none"> - يتعلم على الحركات القاعدية المرتبطة بالجري للوثب، للرمي حسب نوعية الأداة المستعملة. - يختار الدينامية المناسبة حسب الوضعية والموقف. - يتقييد بالتقنيات الملائمة للوضعية والموقف 	تقويم تحسيلي

المفتش(ة):

المدير(ة):

الأستاذ(ة):